

*Eberhard et al. 2014  
Heilensetzungsprozess Bd 2  
(Händel + Fein)*

## 8 Musik, Rhythmik und Tanz

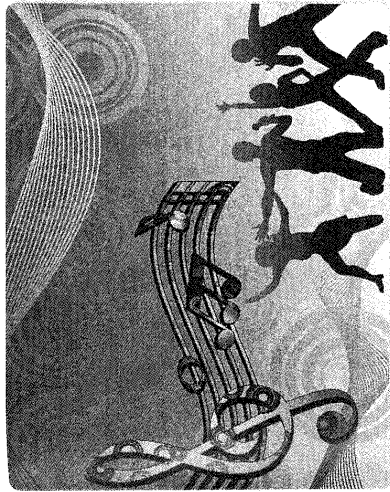


Abb. 1 Musik ruft Reaktionen hervor

### 8.1 Musik in ihrer Bedeutung

Der Begriff „Musik“ ist sehr vielfältig. Gemeint ist damit der vom Menschen bewusst erzeugte Schall in einer willkürlichen Anordnung. Geräusche, Töne und Klänge werden mit unterschiedlichsten Materialien, Instrumenten oder der menschlichen Stimme erzeugt. Auch durch bestimmte Bewegungen wie Fingerschnipsen oder Händereiben kann Musik mit dem eigenen Körper geschaffen werden. Entstehende Melodien basieren auf Tönen mit unterschiedlicher **Klangfarbe** (durch die Art des Instruments bestimmt) sowie Lautstärke. Die Dauer der einzelnen Töne, Geräusche und Zwischenpausen lässt einen **Rhythmus** zustande kommen, der harmonisch oder disharmonisch sein kann. So verstanden, besteht Musik schon mindestens 35.000 Jahre, denn so alt ist das älteste Musikinstrument, das bisher gefunden wurde: eine Flöte aus Knochen (► Abb. 3).



Abb. 2 A Capella – Musik mit dem Körper erzeugt

Die Begriffe Musik, Rhythmik und Tanz ziehen jeden Menschen auf ihre eigene Weise in den Bann. Nimmt der Mensch – als Wesen, das organischen Rhythmen unterliegt wie Herzschlag, Puls – einen Rhythmus wahr, der ihm entspricht, wird er ihm nicht widerstehen können: In der Regel möchte er sich rhythmisch dazu bewegen, z.B. durch Tanz oder Mitbewegen.

Geht man an den Beginn jedes Lebens, also zum Heranreifen im Mutterleib zurück, wird die Bedeutung von Musik und Rhythmik besonders augenscheinlich: Die ersten Wahrnehmungserfahrungen sind die rhythmischen Vorgänge sowie Töne und Geräusche, welche im Mutterleib vorherrschen. Daran schließt gerade die Basale Stimulation® in Theorie und Praxis der Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigung an (► s. Modul 2, Kap. 17). Zunächst jedoch zur grundlegenden Bestimmung der einzelnen Begriffe.

Zu allen Zeiten und in verschiedenen Kulturen hat Musik einen hohen Stellenwert beigemessen bekommen, auch wenn ihr **Zweck** unterschiedlichster Natur sein konnte: Neben dem Unterhaltungssinn werden musikalische Elemente für religiöse, kommunikative oder alarmierende Funktionen genutzt.

Bis heute hat sich eine unglaubliche Varietät von Musikrichtungen herausgebildet: von klassischer Musik über volkstümliche Stücke bis hin zu Techno- und Rap-Songs. Jeder Mensch kann sich in einer Stilrichtung der Musik wiederfinden. So ist auch der Einsatz unterschiedlichster Musikstücke und -instrumente in der Arbeit mit Menschen mit und ohne Beeinträchtigung von hoher Bedeutung.

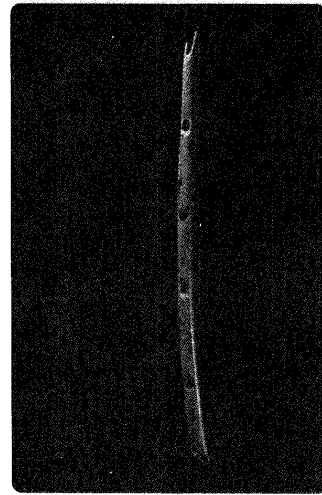


Abb. 3 Das älteste Musikinstrument der Welt

## 8.2 Musik und der Mensch

Die Schallwellen der Musik werden von den Mechanorezeptoren im Ohr empfangen und als Geräusche, Sprache oder Klänge wahrgenommen (s. auch Modul 3, Kap. II.4, Sinnesorgan Ohr). Dabei wird zwischen unterschiedlichen Tonhöhen und Lautstärke differenziert. Durch den Einsatz unterschiedlicher Instrumente und Techniken können auch mechanische Reize ausgelöst werden, die das taktile System ansprechen, so z.B. Vibration, die durch starken Basseinsatz erreicht wird.

**Reaktionen.** Bei dem Menschen, der Musik wahrnimmt, werden in der Regel Reaktionen hervorgerufen. Diese Reaktionen können individuell unterschiedlich sein, sind aber oft von Emotionen begleitet. Aber auch Erinnerungen an Personen oder Situationen können mit bekannten Melodien bei Menschen evoziert werden, weshalb ihr Einsatz in der Arbeit mit alten Menschen besonders empfehlenswert ist. Beispielsweise kann ein Schlaflied bei einem erwachsenen Klienten Erinnerungen an seine Kindheit wecken, in der ihm das Lied regelmäßig von seiner Mutter vorgesungen wurde. Die unterschiedlichsten Reaktionsmöglichkeiten einer Person auf die wahrgenommene Musik liegen deutlich auf der Hand: Sie können je nach bisheriger Erfahrung von Trauer bis zu Freude reichen. Wehmüt, Sehnsucht oder gute Laune können durch Musik ausgelöst werden.

Musik schafft es, den einzelnen Menschen in seinen Gefühlen so anzusprechen, dass Reaktionen hervorgerufen werden können, die nicht kontrollierbar sind. Man denke in diesem Zusammenhang nur an Cänsehaut, Weinen oder unbewusstes Mitbewegen, das sich beim Wahrnehmen von musikalischen Elementen einstellen kann. Der Mensch reagiert also unbewusst wie bewusst auf Musik, was eine hohe Bedeutung der Musik oder Elemente von Musik für den Menschen deutlich macht. Diese Bedeutung ist nicht erlernt, sondern als Charakteristik des menschlichen Seins anzusehen.

**Körperliches.** Betrachtet man die physischen Prozesse, die Musik auslöst, wird ihre Bedeutsamkeit noch augenscheinlicher: Herzschlag, Blutdruck, Atemfrequenz, Muskelspannung und Hormonhaushalt erfahren eine Veränderung. Das limbische System, Nebenniere und Hypophyse werden in ihren Funktionen unterschiedlich beeinflusst – die Art hängt von der gewählten Musikrichtung ab. So kann Musik antreibende, aber auch entspannende, sogar schmerzlinde Wirkung haben. Ihr gezielter Einsatz beispielsweise in der Schmerztherapie ist daher nur konsequent.

Bereits Neugeborene reagieren auf musikalische Reize in positiver Weise und das in allen Kulturen und Gesellschaften.

### Ein Beispiel zur positiven Wirkung von Musik

*Studie: Frühgeborene gedeihen besser mit Mozart-Sonaten*

Für die Entwicklung und Gesundheit von Frühchen ist es entscheidend, dass sie schnell ein bestimmtes Körpergewicht erreichen. Israelische Forscher haben nun erstmals untersucht, wie sich klassische Musik von Mozart auf verschiedene Körpervorgänge der Neugeborenen auswirkt. Die Ergebnisse sind eindeutig:

- Frühchen verbrauchen weniger Energie und
- nehmen schneller zu,

wenn sie 30 Minuten am Tag Mozart hören. Das haben israelische Forscher in einer Untersuchung herausgefunden. Dies mache die Babys robuster und schütze sie vor Infektionen und Entwicklungsstörungen, berichten die Forscher in Tel Aviv in der Januar-2013-Ausgabe des Fachmagazins „Pediatrics“.

Die Wissenschaftler haben erstmals untersucht, wie sich die klassische Musik von Mozart auf verschiedene Körpervorgänge bei Frühgeborenen auswirkt. Die Kinderärzte teilten 20 gesunde Frühchen in 2 Gruppen: Die eine bekam jeden Tag eine halbe Stunde lang Mozart-Sonaten vorgespielt, die zweite lag einfach ohne Musik ruhig im Bett. Der Vergleich des Energieverbrauchs der Kinder vor und nach dem Konzert ergab ein klares Bild: Wenn die Kleinen der Musik gelauscht hatten, verbrauchten sie deutlich weniger Energie. Dies bedeutet auch, dass die Kleinen weniger Kalorien zu sich nehmen müssen, um zuzunehmen und zu wachsen. In den ersten 10 Minuten war die Energiebilanz der beiden Vergleichsgruppen gleich. „Offenbar werden die Frühchen durch die Musik ruhiger“, interpretiert Forscher Mandel die Ergebnisse. Wie die Klänge aus dem 18. Jahrhundert diese Wirkung erzielen, ist den Wissenschaftlern bislang nicht bekannt. Allerdings haben die Kinderärzte eine Vermutung: Anders als bei Beethoven, Bach oder Bartok wiederholen sich bei Mozart immer wieder ähnliche Melodien. Und diese Wiederholungen könnten sich auf bestimmte Regionen des Gehirns beruhigend auswirken [...].

(Die Welt, 2010)

Bislang ist keine Kultur bekannt, die ohne Musik auskommt. Dabei ist die **Stimme** als Musikinstrument nicht zu vernachlässigen. Gerade in der Begegnung mit dem Neugeborenen ist die vertraute Stimme der Mutter – schließlich konnte sie schon pränatal wahrgenommen werden – von hoher Bedeutung. Wird sie dann noch zum Singen von Kinder- oder Schlafliedern erhoben, kann die Stimme als natürliches Musikinstrument in ihrem hohen Stellenwert nicht negiert werden.

**Aktiv musizieren.** Mit dem Singen als Form des aktiven Musizierens, weg vom reinen rezeptiven Wahrnehmen, zeigen sich weitere positive Aspekte: Das musikalische Handeln fördert den Menschen in unterschiedlichen Entwicklungsbereichen; besonders hervorragende Ergebnisse können erzielt werden in

- den sozial-emotionalen,
- den kognitiven,
- den feinmotorischen und
- sprachlichen Bereichen.

Das eigene musikalische Handeln führt zu einer gesteigerten Vernetzung beider Gehirnhälften, was als Ursache für die meisten der genannten positiven Effekte angesehen werden kann.

### 8.2.1 Sozial-emotionaler Entwicklungsbereich

Ergebnisse der Hirnforschung zeigen, dass sich die emotionale und kognitive Intelligenz von Kindern und Jugendlichen durch das eigene Musizieren besonders gut entwickelt. Das Spielen eines Instruments bedeutet die Aktivierung sämtlicher Gehirnregionen, was zu vielfältiger Vernetzung der Gehirnbereiche führt, die wiederum positiv auf die kognitive und sozial-emotionale Entwicklung wirkt.

Gerade beim Musizieren in Gruppen können wichtige Erkenntnisse für das eigene **Sozialverhalten** gewonnen und eingeübt werden: Man muss einander zuhören, sich eingliedern und festgelegte Aufgaben erfüllen, um ein erfolgreiches gemeinsames Ergebnis, d. h. ein harmonisches Musikstück, zu erreichen. Dem Sprichwort „Es können nicht alle die erste Geige spielen“ folgend, gilt es, sich im Sinne der gemeinsamen Sache schon mal unterzuordnen.

Ein Stück mit Gitarrensolo kann nicht aufgeführt werden, wenn der Gitarrist seinen Part nicht geübt hat oder gar weglässt. Verlässlichkeit und Verantwortungsübernahme sind in der Musikgruppe unabdingbar und werden durch die regelmäßigen Treffen zum gemeinsamen Musizieren etrainiert. Kein Wunder also, dass dem Erlernen eines Instruments im schulischen Bereich, in dem auch ein gutes Sozialverhalten gelernt werden soll, eine immer bedeutendere Rolle zugemessen wird.

### Musik in der Schule eingesetzt

Die Bastian-Studie (2000) kann festhalten, dass Musikunterricht in der Schule zur Förderung und Forderung von „Ausdauer, Wille zur Leistung, Konzentration, Motivation, Flexibilität, Kreativität, Sensibilität und Engagement“ beiträgt. Dadurch erfahren Schüler eine Erleichterung des eigenen Lernens allgemein, was einer Erhöhung des IQ zuträglich ist. Daneben resultiert aus der Studie die Erkenntnis, dass sich das Sozialverhalten von Kindern durch regelmäßiges Musizieren positiv entwickelt.

Das Musizieren in der Gemeinschaft ist besonders zu betonen, da es ein hohes Potenzial für das Erlernen grundlegender Fähigkeiten für ein gemeinsames Miteinander festlegen kann. Aber auch das Musizieren allein resultiert in positiven Entwicklungen im sozial-emotionalen Bereich, wie etliche Studien belegen. Interessant sind in diesem Zusammenhang die Ergebnisse des „Modellversuchs Musikalische Grundschule“ der Bertelsmann-Stiftung und die von Adamek & Blank, Universität Münster. Wobei Letztere besonders die Bedeutung des Singens für die Gesamtentwicklung eines Kindes bis zum Schuleintritt hervorheben.

Gerade im Erwachsenenalter wird die Wirkung von Musik beim Entspannen und Abbauen von Stress betont: Glückshormone werden freigesetzt und sorgen für ein gutes Wohlbefinden. Aus diesem Grund heraus werden Musik bzw. musikalische Elemente gezielt in unterschiedlichen Therapien, nicht nur der Musiktherapie (► **Modul 6, Kap. III.1.12**), eingesetzt.

### 8.2.2 Kognitiver Entwicklungsbereich

Ausgehend von der Studie der Musikpädagogen Adamek & Blank an der Universität Münster erhält das **Singen** eine herausragende Stellung für die Gesamtentwicklung eines Kindes ► **Abb. 1, nächste Seite**. Dem Diagramm kann man entnehmen, dass deutlich mehr als die Hälfte der Kinder, die nicht oder wenig singen, nicht regelschulfähig sind. Dahingegen sind nahezu 90 % jener Kinder, die häufig singen, regelschulfähig. Ein Ergebnis, das die Notwendigkeit der Förderung des Singens mehr als deutlich werden lässt.

Die Ergebnisse werden in der Praxis durch Lehrkräfte nicht nur bestätigt, sondern noch um die Effekte des **Musizierens insgesamt** ausgeweitet: Die Erfahrung zeigt, dass musizierende Kinder einen deutlichen Leistungsvorsprung gegenüber ihren nicht musizierenden Klassenkameraden haben, was besonders auf das räumliche Vorstellungsvermögen sowie ihre Sprachkompetenz und Merkleistung zutrifft.

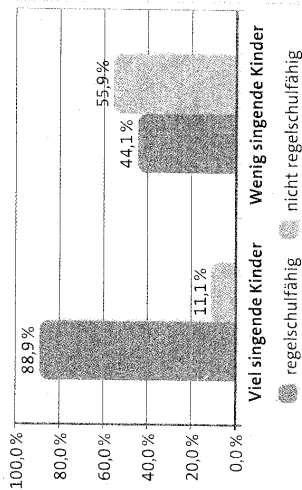


Abb. 1 Schulfähigkeit von (nicht) singenden Kindern (Adamek/Blank, 2010)

**Hirnforschung:** Nach Untersuchungen des Bewegungstherapeuten und Pädagogen Dierk Zaiser an der Universität Reutlingen hängen neuronale Verbindungen eng mit musikalischen Tätigkeiten zusammen. Dadurch wird das Gehirn in die Lage versetzt, einen Transfer bei ähnlichen Leistungsanforderungen herzustellen, z.B. beim Singen und bei der Sprachentwicklung. Aber auch allgemeine formale Abläufe und Strukturen können vom Gehirn nach Training im musikalischen Bereich leichter nachvollzogen und ausgeführt werden, der Intelligenzquotient nimmt zu. Nach Laurel Trainor (Neurowissenschaftlerin an der McMaster-Universität in Kanada) zeigt das Gehirn von musizierenden Vorschulkindern andere Reaktionen auf musikalische Reize als jenes der nicht musizierenden Kinder gleichen Alters. Grund dafür ist die partielle Überlappung von Gehirnregionen, die zur Verarbeitung von Sprache und Musik notwendig sind.

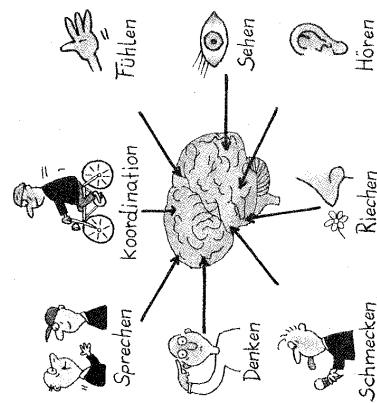


Abb. 2 Musik lässt die Funktionen von Gehirnregionen überlappen

**Aktiv statt passiv.** Um eine neuronale Verknüpfung zu erreichen, genügt es jedoch nicht, Musik passiv zu konsumieren. Vielmehr muss nach Ralph Schumacher (dt. Philosoph) Musik aktiv betrieben werden, um kognitive Fähigkeiten von Kindern zu verbessern. Nicht verwunderlich also, dass in der „Hamburger Erklärung“ die Relevanz von Musik an Schulen betont und gleichzeitig ihr Unterricht verstärkt gefördert wird. Allerdings ist es wichtig, jene musikalische Tätigkeit herauszufinden, die dem einzelnen Kind Freude bereitet und es gern zum Instrument greifen lässt. Täglicher Zwang zum Musizieren ist der Entwicklung des Kindes gewiss nicht in der Form förderlich, wie es das freiwillige und freudvolle Musizieren ist.

Aber nicht nur für die kognitive Entwicklung des Kindes spielt Musik eine große Rolle: Erwachsene, die aktiv Musik betreiben, profitieren von den sich neu bildenden neuronalen Verknüpfungen im Gehirn. Die Gedächtnisleistung verbessert sich insgesamt; die Konzentrationsfähigkeit nimmt zu.

**Hochleistung Musizieren.** Als Gründe dafür können die vielfältigen Aufgaben angeführt werden, die das Gehirn während des Musizierens bewältigen muss: Neben den feinmotorischen Leistungen, die koordiniert werden, sind auditive und visuelle Reize zu verarbeiten. Beispiel: So werden Noten gelesen, gespielte Töne mit dem Gelesenen verglichen, falsche Töne herausgehört und verbessert, neue Harmonien erzeugt, unpassende Töne (z.B. ein Räuspern oder die Türklingel) gleichzeitig geortet und als nicht zur Melodie gehörig erkannt. Die Aufzählung ließe sich noch sehr viel weiter fortführen und verdeutlicht bereits die Leistung, die dem Gehirn während des Musizierens abverlangt wird. Es liegt damit nur zu deutlich auf der Hand, dass beide Gehirnhälften (Hemisphären), welche sich die Aufgaben teilen, bei einem solchen „Training“ an Höchstleistungen herangeführt werden.

**Fazit:** Der Einsatz von Musik im Bereich der Arbeit mit alten Menschen und denjenigen, die von nachlassender Gehirnleistung gefährdet sind, könnte mindestens (!) zur Kompetenzerhaltung beitragen. Wenn das eigene Musizieren nicht möglich ist, so sollte wenigstens das **passive Konsumieren von Musik**, sprich das Hören, im Alltag eingebunden sein. Durch das wiederholte Hören können Texte und Melodien erinnert werden, wodurch die Merkleistung des Gehirns unterstützt wird.

Interessant ist in diesem Zusammenhang der Blick auf Gehirne von Berufsmusikern: Sie zeigen eine außerordentlich hohe Ausprägung der Areale, die eine Verknüpfung von feinmotorischen Bewegungen der Hände, Hör- und Analysefähigkeit beinhalten. Sie bleibt bis ins hohe Alter erhalten und ist somit für die geriatrische Arbeit von hoher Bedeutung.

### 8.2.3 Motorischer Entwicklungsbereich

Motorik und Musik hängen auf vielfältige Weise eng miteinander zusammen: Einerseits bedarf es der Motorik, um Musik zu erzeugen, andererseits bewirkt Musik motorische Handlung, wie Hin- und her-Bewegen oder Tanzen.

Stufen der musikalischen und motorischen Entwicklung machen das Verhältnis von Musik und Bewegung in unterschiedlichen Altersbereichen zueinander deutlich. Einen Überblick gibt folgende Zusammenfassung von Sabine Barth ▶ **Abb. 1**. Die **Entwicklung von Grob- und Feinmotorik** einer Person ist mit der Entwicklung im musikalischen Bereich verknüpft und wird durch den Einfluss von Musik gefördert. Im Hinblick auf Basale Stimulation® in der Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigung kann diesem Sachverhalt eine bedeutende Rolle beigemessen werden: Durch wiederholende musikalische Stimulation können beim Klienten Bewegungen ausgelöst werden, die vorher nur ansatzweise oder nicht zu beobachten waren. Auf dieser Grundlage eröffnen sich weitere Fördermöglichkeiten.



Abb. 2 Musik animiert zur Bewegung

| Altersbereich (ca.)              | Musik  | Bewegung   |
|----------------------------------|--|--|
| <b>1. Phase:</b><br>0–6 Monate   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sammeln von auditiven Eindrücken</li> <li>• Unterscheidung von Stimmen, Melodien und einfachen Rhythmen</li> <li>• Experimentieren mit der Stimme</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zappeln mit Händen und Füßen</li> <li>• Sitzen, Drehen und Aufrichten mit Hilfestellung</li> <li>• Spaß an Wippen, Wiegen, „Fliegen“ u. a.</li> </ul>   |
| <b>2. Phase:</b><br>6–12 Monate  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterscheidung von Klangfarben und Lautstärken</li> <li>• Imitation und Intonation von Sprachlauten, lautierende Reaktion auf einfache Sprach- und Liedformen</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Krabbeln und Robben durch den Raum, erstes Stehen („Fußsteher“)</li> <li>• emotionaler und motorischer Bezug zu Musik und einfachen Spielformen</li> <li>• Wiedererkennen und Festigung durch Wiederholung</li> </ul>   |
| <b>3. Phase:</b><br>12–24 Monate | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterscheidung von Tonlagen</li> <li>• Singen von Worten, Satzketzen, Silben</li> <li>• Bezug zwischen Musik und Bewegung, Instrumentalspiel</li> <li>• Nachvollziehen von einfachen Reim- und Liedinhalten („Handlung“)</li> <li>• Experimentieren mit Instrumenten und Materialien</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Imitieren einfacher Bewegungs- und Tanzformen, Metrik (Grundschlag) und einfache Rhythmen in Bewegung und in elementaren Fort- und Grundbewegungsarten</li> <li>• Fein- und Grobmotorik</li> <li>• Imitation und eigene Ansätze/Ideen</li> <li>• Geschicklichkeit, Körpergefühl, Standfestigkeit</li> </ul> |
| <b>4. Phase:</b><br>24–36 Monate | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wiedererkennen und Nachsingen von Liedern, Erkennen von Gefühlen in der Musik</li> <li>• Unterscheidung von Tempi und Klangfarben</li> <li>• Differenzierungen im Bezug zwischen Musik und Bewegung (Tanz), im Umgang mit Materialien und Instrumenten, im Reproduzieren und im Verständnis von Rhythmen, Versen und Liedern</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Differenzierung und Erweiterung von Bewegungsformen, Bezug zu Gruppe und Raum</li> <li>• Körpersensibilisierung, Erlernen und Wiederholen von Bewegungsfolgen</li> <li>• Experimentieren mit Möglichkeiten und Grenzen in der Bewegung, freier individueller Ausdruck</li> </ul>                            |

Abb. 1 Motorische und musikalische Entwicklungsstufen in 4 Phasen (Barth 2009)

### 8.3 Musik und ihre Bedeutung für den Menschen mit Behinderung

► S. auch Basale Stimulation® im Modul 1, Kap. 1.7 und Modul 2, Kap. 1.7

**Fördernd.** Ausgehend von der Annahme, dass eigenes Musizieren sowie Musikhören förderlich für sämtliche Entwicklungsbereiche einer Person sind, erhält Musik in der Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigung eine herausragende Stellung: Mit musikalischen Angeboten kann der Einzelne gezielt gefördert werden. Beispielsweise können Schlaganfallpatienten Fähigkeiten leichter wiedererlangen, wenn sie häufig ihrer Lieblingsmusik zuhören. (Quelle: Spektrum der Wissenschaft 2012).

**Freude bereitend.** Abgesehen von dem Förderaspekt soll aber auch die Freude an Musik Menschen mit Behinderung zuteilwerden können. Ebenso wie Menschen ohne Beeinträchtigung sollen sie ihren musikalischen Interessen und Veranlagungen nachkommen können und diesbezügliche Unterstützung erfahren. Daneben stellt sie ein **Ausdrucksmittel** dar, das genutzt werden kann, wenn Worte versiegen oder andere Formen der Kommunikation fehlschlagen. So können auch Gefühle deutlicher mithilfe von Musik ausgedrückt werden, wobei die dazu notwendige Kompetenz jedem Menschen eigen ist, auch wenn Unterschiede in der Wahl des Musikinstruments bzw. dessen Beherrschung zu vermerken sind.

**Teilhabe.** Neben dem individuellen Musizieren erhält das gemeinsame Handeln in Musikgruppen oder Orchestern für Menschen mit Beeinträchtigung eine stärkere Bedeutsamkeit hinsichtlich integrativer und inklusiver Aspekte. Daher öffnen immer mehr Musikschulen ihr Angebot für Menschen mit Beeinträchtigungen. Im Einzelunterricht oder in einer heterogen zusammengesetzten Gruppe können sie ihrer musikalischen Leidenschaft nachkommen, ihre Begabung vertiefen und ihr individuelles So-Sein ausdrücken. Besonderen Bedarfen von Menschen mit Beeinträchtigung wird durch entsprechend qualifiziertes Fachpersonal nachgekommen.



Abb. 1 Mein Hobby – Geige spielen!

(Zusatz-)Ausbildungen und Aufbau-/Erweiterungsstudien zur qualifizierten musikalischen Arbeit mit Menschen mit Behinderung werden mittlerweile vielfältig an Hochschulen und von Weiterbildungsinstitutionen angeboten. Betrachtet man sich die Erfolge, die durch den Einsatz von Musik in der Arbeit mit Menschen mit Behinderung erreicht werden, drängen sich musikalische Aktivitäten nahezu auf.

### Musik und Morbus Parkinson

► S. auch Modul 2, Kap. II.4.2.3

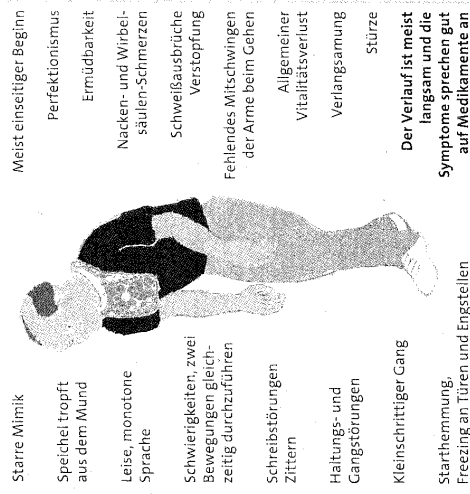


Abb. 2 Mögliche Symptome von Morbus Parkinson

Da Morbus Parkinson bis heute noch nicht heilbar ist, sind Patienten weiterhin auf Medikamente und Therapien in Fachkliniken oder -zentren angewiesen. Dort wird der Einsatz von musikalischen Elementen zielgerichtet in der jeweiligen Therapie verankert – auch wenn es sich nicht um eine Musiktherapie handelt. Grund dafür ist der positive Erfolg, welcher in den letzten Jahren mit Musik bei Parkinson-Patienten erreicht werden konnte:

- Durch ein individuelles Gangtraining in Kombination mit ausgewählter Trainingsmusik kann die Kompetenz des Gehens aufrechterhalten und je nach Krankheitsverlauf verbessert werden.
- Durch Gruppensingtherapie oder therapeutisches Singen erfolgt eine Förderung der Atemkoordination sowie der Qualität der Stimme, was zu einer verbesserten Kommunikation führt.
- Letzteres wird auch mithilfe von rhythmischen Sprechtrainings erreicht.

- Durch Musizieren innerhalb der „aktiven Musiktherapie“ kann der an M. Parkinson erkrankte Mensch einerseits seine Fein- und Grobmotorik verbessern, sodass er Fähigkeiten, die zur Alltagsbewältigung notwendig sind, zu leisten vermag. Das musikgestützte Feinmotoriktraining ist in diesem Zusammenhang besonders hervorzuheben.

(Quelle: Musiktherapie in der Rehabilitation)

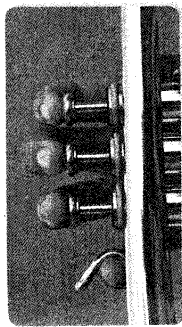


Abb. 1 Nicht nur Förderung der Feinmotorik

**Selbstbewusstsein.** Auch bietet das Musizieren dem Menschen mit M. Parkinson die Chance, seine Erkrankung leichter zu verarbeiten. Dabei spielt die fehlerfreie Instrumentenbeherrschung eine untergeordnete Rolle; vielmehr ist das Instrumentalspiel allein oder in der Gruppe als Mittel zur Zielerreichung zu sehen. Intention ist dabei die Steigerung des Selbstwertgefühls sowie die Fähigkeit zur Selbstbestimmung. In diesem Sinne kann von einer musiktherapeutischen Psychotherapie gesprochen werden.

Hinsichtlich Förderung der Grobmotorik ist die tänzerische Musiktherapie oder die Tanztherapie (s. unten und in Modul 6, Kap. III.1) zu erwähnen. Kurz gesagt, werden in diesen Therapieformen tänzerische Bewegungen durchgeführt, die der Förderung der Grobmotorik und der Freude an ihr dienen.

## 8.4 Musikalisches Handeln

Musikalisches Handeln umfasst sämtliche Bereiche der Lebensführung, welche in engerem und weiterem Sinne Musik beinhalten. Das Klavierspiel kann also ebenso musikalisches Handeln sein wie das Singen während eines Spaziergangs oder das Klatschen einer Melodie. Es ist ein weites Feld, das es gerade für die Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigung zu nutzen gilt.

### 8.4.1 Instrumente

Die Instrumentenwahl zum musikalischen Handeln bedarf nicht außergewöhnlicher finanzieller Belastungen oder organisatorischen Aufwands. Instrumente zum Musizieren finden sich bereits am eigenen Körper, wie A-capella-Musiker überzeugend darstellen. Die individuelle Zugewandtheit zu einem bestimmten Musikinstrument ist allerdings nicht von der Hand zu weisen. Daher ist der Mensch in seiner Individu-

Mit Dr. Björn Hauptmann (aus dem Fachbereich Parkinson/Bewegungsstörungen der Segeberger Kliniken) bestätigt ein Vertreter der medizinischen Praxis die positive Wirkung von musikalischen Ansätzen innerhalb der Therapie von Menschen mit Morbus Parkinson. Dabei hebt er die Intensität der Wirkung hervor, die durch Kombination mit anderen Ansätzen und Methoden erreicht werden kann. Insbesondere logopädische, physio- und ergotherapeutische Verfahren erhalten dabei ihre Erwähnung.

(Quelle: www.segebergerkliniken.de)

**Forschung.** Wissenschaftliche Fundierung erfahren die musikalischen Ansätze in der Arbeit mit Menschen mit M. Parkinson innerhalb unterschiedlicher Studien. Eine Studie von Hesse et al. stellt beispielsweise die Tendenz der Förderung der Bewegungsfähigkeit durch genau jene Musik fest, die der Parkinson-Patient mit positiven Emotionen verbindet (Hesse 2005).

Erklärung für die positive Wirkung von Musik ist zunächst die Ansprache unterschiedlicher Körperbereiche, d. h., nicht nur der auditive Sinn, sondern auch Atmung, Motorik und Körperspannung können durch aktives Musizieren angesprochen werden. Daraus ergibt sich oft ein neues Erleben bei Menschen mit M. Parkinson. Außerdem erfolgt eine erhöhte Verknüpfung der Nervenzellen im Gehirn während des Musizierens, wodurch Gehirnregionen miteinander verknüpft werden, die ohne Musik nicht in dieser Form miteinander in Kontakt kommen würden.

alität intensiv zu beobachten – harmonisiert er mit einem bestimmten Instrument, hat er Verlangen danach, es zu spielen? Im besten Fall kann dem Bedürfnis nachgekommen werden. In der Arbeit mit Menschen mit Behinderung ist in der Wahl eines Musikinstruments besonders sorgfältig zu agieren. Für die Beherrschung vieler Instrumente sind komplexe feinmotorische Fähigkeiten und Fertigkeiten notwendig, zu welchen Menschen mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen nicht immer in der Lage sind. Daneben kann auch eine geistige Behinderung das Musizieren beeinträchtigen, beispielsweise könnten Noten nicht gelesen oder ein Rhythmus nicht erinnert oder abgerufen werden. Trotzdem können Menschen mit geistiger Behinderung ausgehend von ihren persönlichen Interessen und abhängig von der Art und Ausprägung der Beeinträchtigung sämtliche Instrumente zum Musizieren empfohlen werden (nach Manhardt, 2007):

## Das Orff-Instrumentarium

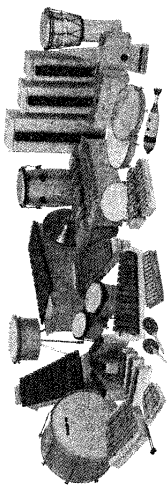


Abb. 1 Das Orff-Instrumentarium im weiteren Sinne

Mithilfe der orffischen Instrumente kann das freie Spiel sowie das musikalische Begleiten allein oder in der Gruppe praktiziert werden. Es wird hauptsächlich grobmotorisches Handeln benötigt und Erfolge im Sinn harmonischer Klänge sind leicht zu erreichen. Um Disharmonien bei den Stabspielen zu vermeiden und das anfängliche Spiel zu erleichtern, können einzelne Stäbe umgedreht werden. So kann sich schnell ein positives Erleben während des Musizierens von Menschen mit (geistiger) Beeinträchtigung einstellen.

## Blasinstrumente



Abb. 2 Holz- und Blechblasinstrumente

Die Vielfalt der Blasinstrumente ist vielfältig: Angefangen bei der Blockflöte über die Trompete bis hin zur Querflöte gibt es unterschiedliche Anforderungsniveaus. Die Blockflöte bietet sich als Einstiegsinstrument an, da die Töne den unterschiedlichen Griffen relativ leicht zugeordnet werden können. Außerdem ist das Spielen allein oder in der Gruppe möglich. Gerade für Menschen mit Behinderung bieten die geringen Grundvoraussetzungen für das Spiel eines Blasinstrumentes einen großen Anreiz, sich auf das Musizieren mit diesen Instrumenten zu konzentrieren. Zudem können mechanische Umgestaltungen motorische Beeinträchtigungen an den Händen kompensieren. Allerdings bedarf es einer

gewissen Lippenanspannung, um ein Blasinstrument spielen zu können, weshalb diese Art von Instrumenten Menschen mit entsprechender Beeinträchtigung (z.B. einer Lippendeformation) nicht empfohlen werden. Allgemein eignen sich im Bereich der Blasinstrumente die Klarinette und Blechblasinstrumente besonders gut für das musikalische Handeln von Menschen mit Beeinträchtigung.

## Tastatinstrumente

Durch die relativ einfache Tonerzeugung bei Tastatinstrumenten bieten diese sich zum schnellen Erlernen von einfachen Melodien an – auch wenn die Tastatur anfänglich nur in einem eingeschränkten Bereich genutzt wird. Allerdings wirkt die mangelnde Verbindung von Handlung zu anders klingendem Ton erschwerend: Die gleiche Tätigkeit, nämlich das Drücken einer Taste, kann unterschiedliche Töne hervorbringen. Dies ist gerade für Menschen mit geistiger Behinderung oft verwirrend und kann das Erlernen des Tastatinstrumentes negativ beeinflussen.

Das Spiel mit beiden Händen, die unterschiedliche Bewegungen vollziehen müssen, ist eine große Herausforderung und stellt nicht selten eine Überforderung für Menschen mit geistiger Behinderung dar.

## Saiteninstrumente

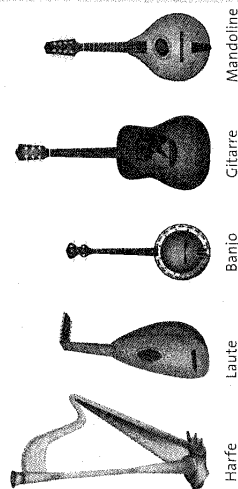


Abb. 3 Saiteninstrumente

Das Spiel von Saiteninstrumenten bietet sich vor allem für Menschen mit ausgeprägtem Hörsinn an. Für das harmonische Spiel müssen feinste Tonunterschiede erkannt werden. Daneben gilt es, unterschiedliche feinmotorische Bewegungen zu gleicher Zeit zu koordinieren und auszuführen. Das stellt eine weitere Herausforderung und oft ein Hindernis für das Erlernen eines Saiteninstrumentes dar, gerade für Menschen mit geistiger Behinderung. Von einer Unmöglichkeit zu sprechen wäre aber übertrieben, da beispielsweise durch technische Vereinfachung oder adaptierte Spielweise eines Saiteninstrumentes ein erleichterter Zugang geschaffen werden kann.

## 8.4.2 Hilfsmittel zum musikalischen Handeln

Damit das Vorhaben des musikalischen Handelns von Menschen mit Beeinträchtigung realisiert werden kann, sind häufig Hilfsmittel bzw. Unterstützungsmaßnahmen notwendig. So lässt sich beispielsweise das Lesen der Notenschrift mithilfe von **Farbtontafeln** (Abb. 1) abwandeln oder durch das Auswendig-Spielen oder Improvisieren umgehen. Entsprechend der Farbtontafel können Klaviaturen markiert werden (Abb. 2).

### Farbtontafel der Dur- und Molltonarten

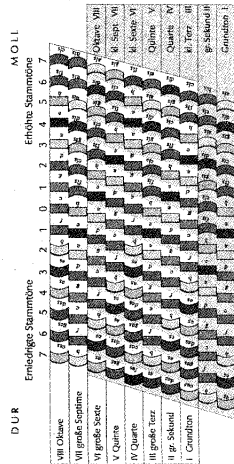


Abb. 1 Beispiel einer Farbtontafel (aus „Farbmusik – Leitfaden für eine kombinierte Farben- und Musiklehre“ Dobretzberger/ Paul, Simon+Leutner Verlag, Berlin 1993)

**Technische Änderungen** an Musikinstrumenten, wie das Bespannen von Saiteninstrumenten mit weniger als der vorgesehenen Anzahl an Saiten oder abgeänderten Mundstücken können beim Erlernen eines Instruments helfen. Klar definierte Spielbereiche können festgelegt werden, um Menschen mit Beeinträchtigung das Musizieren leicht zu ermöglichen. Beispiel: Anstatt sämtliche Oktavlagen einer Klaviatur für das Spiel zu nutzen, wird zunächst nur die „eingestrichene Oktave“ (Abb. 3) bespielt.

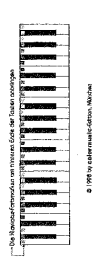
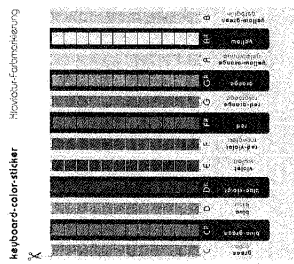


Abb. 2 Klaviaturmarkierung zum Aufkleben

Auch das Eingrenzen einer Spielart kann zum erfolgreichen Musizieren eines gewählten Instrumentes verhelfen. So können Melodien auf einem Saiteninstrument anstatt mit Bogen gespielt auch gezupft werden.

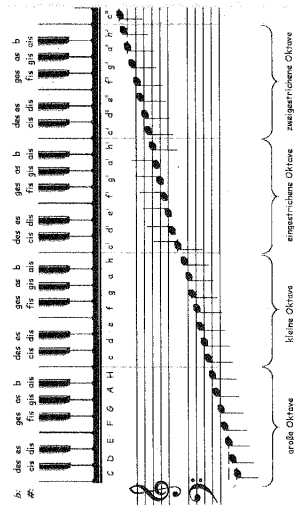
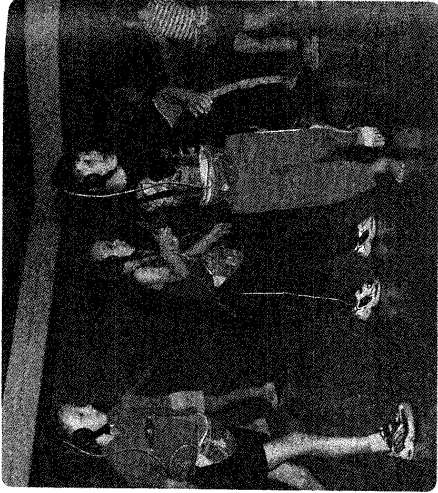


Abb. 3 Klaviatur und Noten inkl. Oktaven

## 8.5 Best-Practice-Beispiele zu musikalischem Handeln

**Motorik bei Hörschädigungen verbessern.** Eine Studie der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg hat schon 2005 gezeigt, dass Musik förderlich für die motorische Entwicklung gehörloser und gehörgeschädigter Kinder ist. Gezeigt wurde dies anhand von tänzerisch-gymnastischen Einheiten innerhalb des Sportunterrichts. Die Musik konnte mithilfe eines Hochtontainer-Systems (Abb. 1) von den Kindern als Vibration wahrgenommen werden. Nachdem im Sportunterricht 3 Monate regelmäßig diese Einheiten durchgeführt wurden, stellte man eine Verbesserung der Koordination von Bewegungen fest.



**Abb. 1** Hochtontainer-System in der Praxis: Ein sogenanntes Knochenhörsystem auf dem Kopf überträgt Vibrationen/Schall und vermittelt so musikalische Informationen über den Tastsinn.

**Inklusion durch Musizieren.** Ein weiteres Beispiel für beste Performanz in der Praxis, die Musik mit der Förderung von Menschen mit Beeinträchtigung verbindet, wurde 2011 mit dem BRIDGE-Preis der Lebenshilfe Baden-Württemberg bedacht: Es handelt sich um das gemeinsame Musizieren von Kindern mit und ohne Beeinträchtigung in einem Ensemble der Reutlinger Musikschule. In diesem inklusiven musikalischen Angebot können Emotionen durch Instrumente ausgedrückt werden und in eine gemeinsame Melodie einfließen. Musik verbindet dabei Menschen mit und ohne Behinderung und lässt ein gemeinsames Produkt entstehen. Weiterhin wird durch dieses Musikprojekt der Prozess des gegenseitigen Verstehens angeregt, indem man sich aufeinander einlassen muss. Das Kennenlernen der Fähigkeiten der Menschen mit und ohne Beeinträchtigung führt zu Respekt und Anerkennung; es hilft dabei, einen kompetenzorientierten Blick an-

stelle einer defizitorientierten Sichtweise auf den Einzelnen zu gewinnen. Gegenseitige Unterstützung führt zur Einsicht, voneinander lernen zu können sowie Hilfe anbieten und annehmen zu dürfen – und zwar sowohl von Menschen mit als auch ohne Beeinträchtigung. Gemeinsame Auftritte stärken das Selbstbewusstsein. (Quelle: Landesverband der Musikschulen BaWü)

## 8.6 Rhythmus, Melodie, Klang als Stimulation

Ausgehend von „gymnastique rythmique“, die als musikpädagogische Methode von Emile Jaques-Dalcroze (1865–1950) entwickelt wurde, bildete sich die **Rhythmik** heraus. Mit ihr werden der Körper und die Psyche des Menschen angesprochen. So können Bereiche mittels Rhythmik individuell gefördert werden; besonders hervorzuheben sind dabei der grobmotorische, der sprachliche und der sozial-emotionale Entwicklungsbereich des Menschen. Die psychomotorische Verhaltensweise (s. Kap. 15) kann durch Rhythmik positiv unterstützt werden.

Durch Förderung der Wahrnehmung und Sensorik mittels Rhythmik ergeben sich vielfältige positive Effekte:

- Die Möglichkeit, sich selbst durch Bewegung, die eigene Stimme und Sprache oder rhythmische Klänge auszudrücken, stellt für einige Personen den einzigen Weg der Kommunikation mit der Umwelt dar. Kreative Gesichtspunkte sind dieser Art der Kommunikation und des Selbstausdrucks immanent. Diese sind für den Menschen in seiner

Gesamtentwicklung und das ganzheitliche Wohlbefinden wichtig, da das eigene Ich sich offenbaren kann.

- Schöpferische Kräfte – mit oder ohne zusätzliche Materialien – werden freigesetzt und realisiert, womit Selbstwirksamkeit erhöht und das Selbstbewusstsein gestärkt werden.
- Objekterfahrung wird gesammelt.
- Die Konzentrationsfähigkeit wird gesteigert.

- Weiterhin bewirkt Rhythmik eine bessere Differenzierung der Wahrnehmung, die den Einzelnen Unterscheidungen erleichtert. Selbst- und Fremdwahrnehmung werden ebenfalls unterstützt.

All dies ergibt eine Steigerung des Vertrauens in sich selbst. So wird Rhythmik in der heilerzieherischen Arbeit zur Unterstützung von Einzel- und Gruppentherapien genutzt. Bei letzterer Form werden besonders die Kompetenzen des sozialen Entwicklungsbereichs gefördert.

## Sprachlicher Entwicklungsbereich

► S. auch Sprachförderung: Modul 5, Kap. 1.4

**Lernen unterstützen.** Durch die Verbindung von Rhythmik und Sprache erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass Begriffe, Texte und Gedichte leichter memoriert werden. Dieser Effekt wird besonders dann erreicht, wenn die sprachlich-rhythmischen Äußerungen von Bewegungen begleitet werden. So bietet sich das Aufsagen von Reimen oder Singen von Liedern an, die mit Gestik und Mimik unterstützt werden. Gerade im elementarpädagogischen Bereich ist das Angebot solcher „Bewegungslieder“ vielfältig. Diese bieten Kindern die Gelegenheit, ihre Welt auf sprachlich-musikalischem Wege kennen und verstehen zu lernen. Regeln und Verhaltensbeschreibungen können ebenfalls auf diese Art verinnerlicht werden. Unterstützend wirkt bei dieser Art des Lernens der durch die Musik angesprochene emotionale Entwicklungsbereich. Durch das gleichzeitige Ansprechen der Emotionen wird der Lerneffekt im sprachlich-musikalischen Handeln vergrößert.

**Sprache entwickeln.** Neben dem inhaltlichen Aspekt des Verinnerlichens bestimmter Themen bietet die Verbindung von Sprache und Rhythmik große Chancen im Bereich der Sprachentwicklung: Der Wortschatz kann erweitert werden, Satzstrukturen werden eingeübt und durch ständige Wiederholung – beispielsweise im Refrain – verinnerlicht. Die Aussprache kann verbessert werden, was in Konsequenz den Schriftspracherwerb positiv beeinflusst.

### Ideen für das rhythmische Handeln

in der Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigung

- Mitsprechen von Lauten, Begriffen oder Texten, die unterschiedlichen Rhythmen folgen
- Lieder singen und durch Bewegung begleiten
- Gedichte, Reime lernen und aufsagen
- Eigene Lieder und Reime erfinden und rhythmisch (in Kombination mit Bewegung) ausdrücken lassen
- Effekte der eigenen Stimme ausprobieren und entdecken lassen
- Rhythmen mit unterschiedlichsten Materialien erzeugen und deren Wirkung verdeutlichen

Damit ähneln die positiven Effekte stark dem künstlerischen Tun mit Farbe, Stoffen und bildendem Material (s. Kap. 9.3 Kunst und Gestalten), durch das Kinder, Jugendliche und Erwachsene ebenfalls eine Verbesserung ihrer Lebensqualität erreichen können.

**Hören.** Durch sprachlich-musikalische Aktivitäten wird ebenfalls die auditive Wahrnehmung gefördert: Unterschiedliche Tempi und Lautstärken, verschiedene Tonlagen mit ihren unterschiedlichen Bedeutungen werden kennengelernt und in das persönliche Sozialverständnis integriert.

**Wertfreiheit und Kreativität.** Positive Basis für diese Förderchancen, die sich durch Rhythmik eröffnen, ist das Wissen des Klienten darum, dass keine Bewertung oder Beurteilung des eigenen rhythmischen Handelns erfolgt. Voll Freude kann experimentiert und sich selbst kennengelernt werden. Der eigene Körper oder unterschiedliche Instrumente können zur Erzeugung von Rhythmen genutzt werden, sodass das kreative Experimentieren Raum erhält. Weiterhin bieten die unterschiedlichsten Materialangebote in der Rhythmik Gelegenheit, sich mit ihnen zu bewegen und sie auf Sprachbesonderheiten anzupassen. So können Schwellen, die den bisherigen sprachlichen Ausdruck hemmten, überschritten werden. Die Konzentration des Klienten liegt auf dem Material bzw. der Erzeugung von Rhythmen. Durch diese Aufmerksamkeitsverschiebung kann der Mensch seine Sprache ohne Hemmungen einsetzen. Unbewusst erfolgt sprachliches Handeln, welches mithilfe der individuell angepassten Rhythmik gefördert wird. (vgl. Zaiser 2005, S. 35 ff.)

### Weiterbildungen

Zusatzausbildungen können zum Rhythmikpädagogogen qualifizieren, z. B. beim Bildungswerk Rhythmik e.V. Rhythmik kann auch als Schwerpunkt eines künstlerisch-pädagogischen Studiengangs (Bachelorabschluss) belegt werden.